

CATALUNYA ESP - FRA www.terresdelebre.travel/cycling

# MAPA DEL CICLOTURISMO EN LAS TIERRAS DEL EBRO

Patronat de Turisme Diputació Tarragona

## 1 LA VÍA VERDE DEL VALLE DE ZAFÁN

Vie verde de la Val de Zafán

ESP - Es el antiguo trazado ferroviario que unía Aragón con Tortosa. Son 180 km de recorrido, de los cuales más de 100 km están totalmente segregados del tráfico de vehículos.

FRA - Cette voie verte est l'ancien tracé ferroviaire qui unissait l'Aragon à Tortosa. Parcours de 180 km dont 100 sans aucune circulation automobile.

183km  
+781m  
-1.038m  
No  
Moderado Mogen

## 2 GR99. CAMINO NATURAL DEL EBRO

Chemín naturel de l'Ebre. GR-99

ESP - Sigue el curso del río desde su nacimiento hasta la desembocadura, recorriendo cerca de 1.150 km.

FRA - Longeant le fleuve de sa source à son embouchure sur près de 1150 km.

175km  
+1.814m  
-1.170m  
No  
Moderado Mogen

## 3 CAMINO DE SANTIAGO

Le Chemin de Saint-Jacques

ESP - Recorran los peregrinos procedentes de pueblos del Mediterráneo para llegar a Santiago de Compostela. Son 6 etapas en las Tierras del Ebro.

FRA - Les pèlerins provenant des villes de la Méditerranée empruntent ce chemin jusqu'à St Jacques de Compostelle. Il existe 6 étapes sur les Terres de l'Ebre.

110km  
+1.510m  
-1.190m  
No  
Avanzado Dificile

## 4 L'ALDEA - CAMARLES - L'AMPOLLA

De l'Aldea à la Bassa de les Olles

ESP - Pasarás por las Torres de defensa del Delta, la bassa de las Olles; una pequeña laguna, ideal para la observación de aves durante todo el año, y la bahía del Fangar.

FRA - Vous passerez à côté des tours de défense du Delta, de la Bassa de les Olles, une petite lagune idéale pour l'observation des oiseaux tout au long de l'année, et au bord de la baie du Fangar.

24,3km  
+20m  
-20m  
Sí  
Moderado Mogen

## 5 DELTEBRE - DESEMBOCADURA

De Deltebre à l'embouchure

ESP - Empieza en el Ecomuseo del Delta del Ebro y continúa por el paseo fluvial hasta Riumar, donde se pueden visitar las lagunas del Garxal, el Zigurat, las dunas...

FRA - L'itinéraire commence à l'Écomuséu del delta de l'Ebre et longe le fleuve jusqu'à Riumar où l'on peut visiter les lagunes du Garxal, le Zigurat, les dunes...

31,9km  
+3m  
-3m  
Sí  
Moderado Mogen

## 6 AMPOSTA - LAGUNAS

De Amposta à l'Encançissada

ESP - Recorrido por el Camino de Sirga, un camino centenario ligado a la cultura del río que te llevará hasta la Casa de Fusta (casa de madera) y la laguna de la Encançissada.

FRA - Itinéraire sur le chemin de halage, un chemin centenaire lié à la culture du fleuve, qui vous emmènera jusqu'à la Casa de Fusta (maison en bois) et la lagune de l'Encançissada.

55,7km  
+16m  
-16m  
Sí  
Moderado Mogen

## 7 VUELTA POR LA SIERRA DE CARDÓ

Tour de la montagne de Cardó

ESP - Es un recorrido que te llevará a descubrir antiguos asentamientos medievales, las pinturas rupestres de Cabrafeixet y el balneario de Cardó.

FRA - Parcours qui vous fera découvrir d'anciens sites médiévaux, les peintures rupestres de Cabrafeixet et la station thermique de Cardó.

80km  
+1.675m  
-1.675m  
Sí  
Avanzado Dificile

## 8 TERRITORIO PANXAMPLA

Panxampla

ESP - Ruta por el macizo de Els Ports, junto al Mont Caro, y de la zona de Alfara de Carles, la tierra del bandolero Panxampla, el Robin Hood de las Tierras del Ebro.

FRA - Itinéraire passant dans le massif d'Els Ports près du Mont Caro et de la zone d'Alfara de Carles, la terre du bandit Panxampla, le Robin des Bois des Terres de l'Ebre.

22,6km  
+558m  
-489m  
Sí  
Moderado Mogen

## 10 DE L'AMETLLA DE MAR A TIVISSA

De l'Ametlla de Mar à Tivissa

ESP - Recorrido desde el Pueblo marinero de L'Ametlla de Mar, subiendo a Tivissa por la solitaria carretera de Gaudà y volviendo por la sierra de Cardó.

FRA - Itinéraire partant du port de pêche de l'Ametlla de Mar et montant à Tivissa par la route solitaire de Gaudà et la montagne de Cardó.

80,6km  
+1.131m  
-1.144m  
Sí  
Moderado Mogen

## 11 PAISAJES DE LA BATALLA DEL EBRO

Paysages de la Bataille de l'Ebre

ESP - Por carreteras paralelas al río o por el Embalse de Ribarroja, por la ermita de Berrís o la Sierra de la Fatarella y El Col de les Paumeres.

FRA - Sur des routes parallèles au fleuve ou par le barrage de Ribarroja, par la chapelle de Berrís ou la Sierra de la Fatarella et le Col des Paumeres.

98,2km  
+1.174m  
-1.739m  
Sí  
Muy difícil Dificile

## 12 GRAN TOUR TIERRAS DEL EBRO

Grand Tour Terres de l'Ebre

ESP - ¡200 km de carretera y 4.180 metros positivos! Con ascensiones a la población de Bel, a la Ermita de los Palleros, a Frides y al mítico Mont Caro.

FRA - 200 km de route et 4180 mètres positifs ! Avec des montées au village de Bel, à la chapelle des Palleros, à Frides et au mythique Mont Caro.

206,4km  
+4.472m  
-4.472m  
Sí  
Muy difícil Tres difícil

## 13 EUROVELO 8, tramo de las Tierras del Ebro

L'Europaveil 8

ESP - O "ruta Mediterránea", es una ruta de larga distancia (5.900 km) que va desde Cádiz (España) hasta Atenas (Grecia) y continúa hasta la isla de Chipre.

FRA - Ou « route de la Méditerranée », Route longue de 5900 km qui relie Cadix en Espagne à Athènes en Grèce puis se poursuit jusqu'à Chypre.

74km  
+282m  
-155m  
No  
Avanzado Dificile

ESP - Las Tierras del Ebro son una **reserva de la Biosfera** que reúnen tesoros naturales de altísimo interés y dos ecosistemas protegidos, únicos en el Mediterráneo, como los parques naturales del Delta del Ebro y los Puertos.

Este espacio nos ofrece una red de más de 1000 km, integrada por caminos y carreteras de baja intensidad. Destaca la **Vía verde del Valle de Zafán**, con más de 180 kilómetros de recorrido. Su trazado por las Tierras del Ebro está totalmente segregado del tráfico de vehículos.

El **camino Natural del Ebro**, el mítico **Mont Caro**, caminos rurales o carreteras locales que bordean viñedos, bosques, campos de oliuos milenarios, arrozales y playas solitarias y el patrimonio cultural y la gastronomía local son algunos de los ingredientes para diseñar rutas memorables. La oferta diversa permite encontrar el trazado ideal, tanto para los que buscan los retos más difíciles, como para los que quieren disfrutar de un paseo en familia.

FRA - Les Terres de l'Ebre sont une **réserve de Biosphère** réunissant des trésors naturels de grand intérêt ainsi que deux écosystèmes protégés, uniques en Méditerranée, tels le Parc naturel du Delta de l'Ebre et le Parc naturel d'Els Ports.

Cet espace nous offre un réseau de plus de 1000 km, composé de sentiers et de routes à faible déclivité. Soulignons la **Voie verte de la Val de Zafán** avec un parcours de plus de 180 km. Son tracé sur les Terres de l'Ebre est entièrement interdit à la circulation automobile.

Le **chemin naturel de l'Ebre**, le mythique **Mont Caro**, des sentiers ruraux ou des routes locales bordant des vignobles, forêts, champs d'oliviers millénaires, rizières et plages solitaires, outre le riche patrimoine culturel et la gastronomie locale sont quelques-uns des ingrédients proposant des itinéraires inoubliables. L'offre variée permet de trouver le tracé idéal aussi bien pour ceux recherchant les défis les plus difficiles que pour ceux désirant profiter d'une promenade en famille.

9 **TERRA ALTA EXTREM**  
Terra Alta Extrem

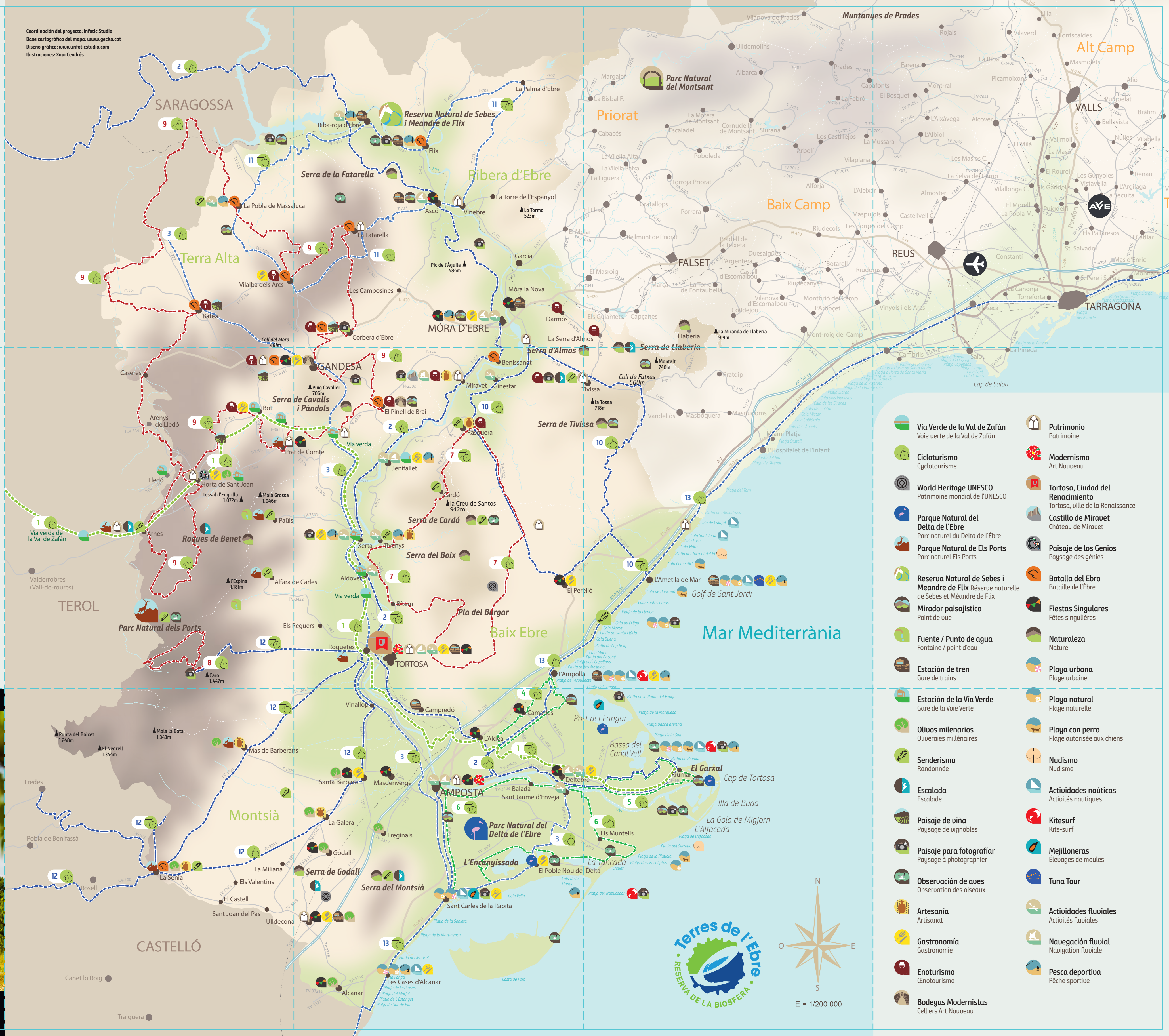
ESP - Ruta que va **pueblo a pueblo** por la Terra Alta, con senderos más técnicos, contraste de paisajes, zonas de bosque frondoso y subidas exigentes.

FRA - Itinéraire passant par la Terra Alta de village en village et présentant des sentiers plus techniques, paysages contrastés, espaces de forêts denses et fortes pentes.

224,4km  
+4.903m  
-4.903m  
Sí  
Muy difícil Tres difícil

- AVE (Tren de Alta Velocitat)  
AVE (Train Grande Vitesse)
  - Aeropuerto de Reus  
Reus Aéroport
  - Ferrocarriles  
Voies ferrées
  - Límites de comarca  
Límites comarque
  - Autopista  
Autoroute
  - Autovia  
Voie express
  - Carretera  
Route
  - Via rápida  
Voie rapide
- Comarcas:** Baix Ebre, Nombres de comarca, Noms de comarque
- TORTOSA:** Capitales de comarca, Chefs-lieux de comarque
- Pueblos:** Vil·les
- Playas:** Plage
- RUTAS DE CICLOTURISMO:**  
**ITINÉRAIRES CYCLOTOURISME:**
- Via Verde  
Voie verte
  - GR - Gran Recorrido
  - GR - sentier grande randonnée
  - Ruta Familiar  
Itinéraire familial
  - Ruta BITT  
Itinéraire VTT

Coordinación del proyecto: Infatic Studio  
Base cartográfica del mapa: www.gecho.cat  
Diseño gráfico: www.infaticstudio.com  
Ilustraciones: Xaui Cendrós



- Conservar los parques naturales es responsabilidad de todos.  
La préservation des Parcs naturels est la responsabilité de tous.
- Respetad la propiedad privada y los accesos restringidos.  
Respectez la propriété privée et les accès limités.
- Gran parte del Parque Natural de los Ports es también una reserva nacional de caza.  
Grande partie du Parc naturel d'Elis Ports est aussi réserve nationale de chasse.
- No hagáis fuego. Un descuido puede destruir todo aquello que la naturaleza ha tardado centenares de años en crear.  
N'allumez pas de feu. Une négligence peut détruire ce que la nature a mis des centaines d'années à créer.
- En el Parque Natural de los Ports hoy diversas ganaderías de toros bravos que pasturan de manera extensiva. Tened precaución, pueden ser peligrosos. Existe divers élevages de taureaux qui pâturent dans le Parc naturel d'Elis Ports. Soyez prudents, ils peuvent être dangereux.
- Can la bici de montaña: « Circulad por los caminos, no campo a través. »  
« No circulad por los senderos que tengan escalones de piedra o madera ni por los expresamente prohibidos para bicicletas. »  
Avec un vélo de montagne: « Circulez sur les sentiers, pas à travers champs. »  
« Ne circulez pas sur des sentiers ayant des marches en pierre ou en bois ni sur ceux interdits aux vélos. »



CATALUNYA ESP - FRA www.terresdelebre.travel/cycling



Patronat de Turisme Diputació Tarragona

- Via Verde de la Val de Zafán  
Voie verte de la Val de Zafán
- Cicloturisme  
Cyclotourisme
- World Heritage UNESCO  
Patrimoine mondial de l'UNESCO
- Parque Natural del Delta de l'Ebre  
Parc naturel du Delta de l'Ebre
- Parque Natural de Els Ports  
Parc naturel Els Ports
- Reserva Natural de Sebes i Meandre de Flix  
Réserve naturelle de Sebes et Méandre de Flix
- Mirador paisajístico  
Point de vue
- Fuente / Punto de agua  
Fontaine / point d'eau
- Estación de tren  
Gare de trains
- Estación de la Via Verde  
Gare de la Voie Verte
- Olivos milenarios  
Oliveraies millénaires
- Senderismo  
Randonnée
- Escalada  
Escalade
- Paisaje de viña  
Paysage de vignobles
- Paisaje para fotografiar  
Paysage à photographier
- Observación de aves  
Observation des oiseaux
- Artesanía  
Artisanat
- Gastronomía  
Gastronomie
- Enoturismo  
Énotourisme
- Bodegas Modernistas  
Celliers Art Nouveau
- Patrimonio  
Patrimoine
- Modernismo  
Art Nouveau
- Tortosa, Ciudad del Renacimiento  
Tortosa, ville de la Renaissance
- Castello de Miravet  
Château de Miravet
- Paisaje de los Genios  
Paysage des génies
- Batalla del Ebro  
Bataille de l'Ebre
- Fiestas Singulares  
Fêtes singulières
- Naturaleza  
Nature
- Playa urbana  
Plage urbaine
- Playa natural  
Plage naturelle
- Playa con perro  
Plage autorisée aux chiens
- Nudismo  
Nudisme
- Actividades náuticas  
Activités nautiques
- Kitesurf  
Kite-surf
- Mejilloneras  
Élevages de moules
- Tuna Tour
- Actividades fluviales  
Activités fluviales
- Navegación fluvial  
Navigation fluviale
- Pesca deportiva  
Pêche sportive

